

ОРГАНІЗАЦІЯ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ НТУ «ХП»

Азаренкова Л.Л.

*Національний технічний університет
«Харківський політехнічний інститут», м. Харків*

В сучасному світі все більш студентів Вузів після медичного огляду потрапляють до спеціальної медичної групи. Показники рухової активності студентів знижуються «На питання анкетування, чим Ви займаєтесь у вільний час?» 68 % студентів 4 курсу спеціальної медичної групи відповіли, що відають перевагу грі за комп'ютерами. Тому задача викладачів організовувати заняття, так щоб студентів мотивувати на заняття фізичним вихованням та вести здоровий спосіб життя.

Метою дослідження було проаналізувати структуру організації занять з фізичного виховання студентів спеціальної медичної групи.

Студенти спеціальної медичної групи відвідують заняття три рази на тиждень, що дає їм змогу підтримувати та покращувати свій фізичний стан. На питання анкети «Яка форма проведення занять з фізичного виховання Вам більш подобається?» 57 % відповіли – змішана форма проведення занять, коли практичні заняття поєднуються з теоретичними заняттями, 12% студентів – теоретичні заняття, 31 % студентів – практичні заняття. Виходячи з анкетування можна сказати, що заняття краще проводити в змішаній формі, коли курс з фізичного виховання можна розділити на частини: теоретична частина (лекції та бесіди по тематиці занять, навчання студентів формам контролю свого фізичного стану), практична частина (заняття на прикладні навички: загально-розвиваючі вправи, дихальні та спеціальні вправи, ігри, фізкультурно-оздоровчі походи, теренкур), контролююча частина (підсумки навчання). У спеціальній медичній групі студенти не здають контрольних нормативів на підсумкову оцінку. Тому їхня оцінка складається сумою балів отриманих в кожній частині курсу. В теоретичній частині вони можуть прослухати лекцію та виконати реферат по тематиці курсу, в практичній – студенти повинні відвідувати практичні заняття та в кінці курсу продемонструвати комплекс вправ, який вони засвоїли на заняттях з фізичного виховання, правильно виконати техніку вправ та вміти поєднувати дихання з рухами.

Таким чином, заняття фізичним вихованням у спеціальній медичній групі, мають поєднувати три частини, щоб, теоретично і практично донести до кожного студента важливість рухової активності, навчити контролю свого фізичного стану.

Література:

1. Боднар І. Р. Теорія, методика і організація фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи: Навч.-метод. посіб. / Львівський держ. ін-т фізичної культури. – Л. : Українські технології, 2005. – 48 с.
2. Булич Э.Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах: Учеб. пособие для техникумов. – М.: Высш. шк., 1986. – С.27–34.